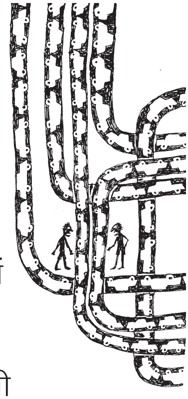
पुस्तक अंश

हँसाते-रुलाते, रिश्ते-नाते

अनु गुप्ता व संकेत करकरे



किशोरावस्था में लड़के अनेक शारीरिक व भावनात्मक बदलावों से गुज़र रहे होते हैं। पितृसत्तात्मक सामाजिक ताने-बाने में अक्सर इन बदलावों पर खुलकर बातचीत कर पाना और एक स्वस्थ नज़रिया विकसित कर पाना सम्भव नहीं होता। इसी कमी को ध्यान में रखकर *एकलव्य* ने *बेटा करे सवाल* किताब विकसित की है जिसके अलग-अलग अध्यायों में किशोरावस्था के विभिन्न आयामों व उनके सामाजिक-सांस्कृतिक, शारीरिक व भावनात्मक पहलुओं की चर्चा की गई है।
आइए, पढ़ते हैं इस किताब का एक महत्वपूर्ण हिस्सा।

पिछले अध्यायों में तुमने किशोरावस्था में बदलते शरीर, बदलती भावनाओं और बदलती सोच के बारे में जाना। इतने सारे बदलावों की वजह से तुम्हारा चीज़ों को देखने का नज़रिया और खुद को व्यक्त करने का तरीका भी बदलता है। इन बदलावों से सिर्फ तुम ही नहीं, तुम्हारे आसपास के लोग भी प्रभावित होते हैं। इसका असर तुम्हारे रिश्तों पर भी पड़ता है। इस अध्याय में किशोरावस्था के एक और महत्वपूर्ण पहलू पर चर्चा करेंगे – रिश्ते।



ज़रा सोचो, तुम्हारे जीवन में कौन-कौन-से रिश्ते हैं? कम-से-कम 5-6 रिश्ते तो दिमाग में आए ही होंगे। एक कार्यशाला में किशोरों ने कई तरह के रिश्तों की बात की:

टीचर

दोस्त







पेड़-पौधे

पोस्टमैन, सब्ज़ीवाले, कचरा इकट्ठा करने वाले, दुकानदार आदि

कोई पसन्दीदा जगह



परिवार (माता-पिता, भाई-बहन, दादा-दादी, नाना-नानी, चाचा-चाची, बुआ-फूफा, मामा-मामी, मौसी-मौसा आदि)

साथ में पढ़ने वाले



वे लोग जो गुज़र चुके हैं

गर्लफ्रेंड/बॉयफ्रेंड

खुद से रिश्ता

पड़ोसी





ऐसे लोग जिनसे मिले न हो

पालतू जानवर/पक्षी



रिश्ते जीवन का एक आम और अहम पहलू हैं, और ज़ाहिर है कि उनका असर हम पर ज़िन्दगी भर पड़ता है। लोगों का तुम्हारे साथ व्यवहार और तुम्हारा उनके संग व्यवहार कई चीज़ों से प्रभावित होता है – तुम कौन-सी जाति के हो, अमीर हो या गरीब, लड़का हो या लड़की, उम्र में बड़े हो या छोटे, शादीशुदा हो या नहीं। रिश्तों पर तुम्हारी भावनाओं, तुमसे की गई अपेक्षाओं और समाज के रीति-रिवाज़ों का भी असर पड़ता है। तुम अपने रिश्तों को किस दृष्टि से देखते हो, उस पर संस्कृति का भी प्रभाव पड़ता है। उदाहरण के लिए, लड़के-लड़कियाँ एक-दूसरे से कैसे व्यवहार कर सकते हैं, वह संस्कृति से प्रभावित होता है। कुछ देशों में लड़के-लड़कियों की दोस्ती में खुलापन रहता है, छूट होती है पर हमारे यहाँ इस दोस्ती को कुछ अलग ही नज़र से देखा जाता है। फिर कुछ रिश्तों से तुम्हें खुशी महसूस होती होगी तो कुछ से उदासी, गुस्सा, ईर्ष्या आदि। कुछ रिश्ते मददगार लगते होंगे, तो कुछ एक बन्धन। ऐसा क्या है जिससे कुछ लोगों से रिश्ते अच्छे होते हैं और कुछ से नहीं?



यह सब पढ़ने से पहले अपने रिश्तों के बारे में गौर-से सोचो। नीचे दिए गए सवाल मददगार हो सकते हैं:



जब हमने ये सवाल किशोरों से पूछे तो उन्होंने बताया कि रिश्तों में खुलापन, अपनापन, प्यार, हँसी-मज़ाक उन्हें पसन्द है जबकि हिचकिचाहट, खुदगर्ज़ी, उकसावा और चुगलखोरी उन्हें नहीं सुहाते।

कुछ खास रिश्ते

अलग-अलग रिश्तों की जो सूची हमने देखी थी, उसमें सबसे पहले दो रिश्ते दोस्तों और परिवारवालों के साथ थे। चूँकि तुम्हारा ज़्यादातर वक्त इन दोनों के साथ बीतता है, तुम में हो रहे बदलावों का सबसे ज़्यादा प्रभाव इन्हीं पर पड़ता है। इसलिए हम यहाँ अभिभावकों, भाई-बहन और दोस्तों के साथ बदलते रिश्तों पर चर्चा करेंगे।



अभिभावकों से रिश्ता

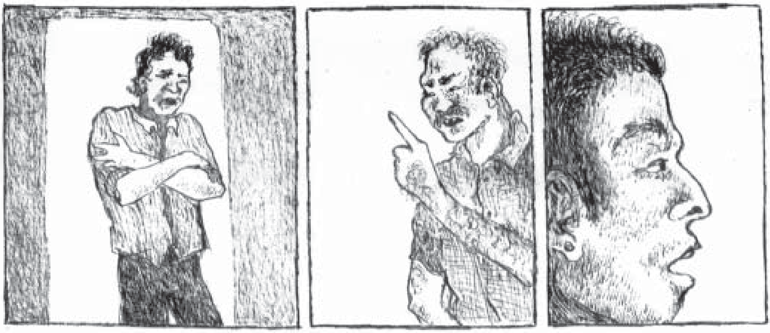
सभी के परिवार एक-जैसे नहीं होते – कुछ परिवारों में सिर्फ माता-पिता और भाई-बहन होते हैं, तो कुछ में चाचा, बुआ और दादा-दादी भी साथ रहते हैं। कुछ बच्चों के माता या पिता न होने से या पढ़ाई के लिए वे किसी और रिश्तेदार के पास रहते हैं, तो कुछ परिवारों में बच्चों को गोद लिया जाता है। कभी-कभी माता-पिता अलग हो जाते हैं या नौकरी की वजह से अलग रहते हैं, तो बच्चे किसी एक के साथ या दोनों के साथ कुछ वक्त रहते हैं। इसीलिए यहाँ पर हम 'अभिभावक' शब्द का इस्तेमाल कर रहे हैं। अभिभावक मतलब जो तुम्हारी देखरेख करते हैं, फिर चाहे वे माता-पिता हों या कोई और।

किशोरावस्था में तुम्हारा परिवारवालों के साथ वक्त बिताना बचपन की तुलना में कम हो जाता है क्योंकि अब तुम दोस्तों के साथ ज़्यादा समय बिताने लगते हो। इस दौरान तुम्हारी सोच में हो रहे बदलावों के कारण तुम्हारा चीज़ों को लेकर अपना एक नज़रिया बनने लगता है जो तुम्हारे अभिभावकों से अलग हो सकता है। फिर तुम्हें लगने लगता है कि वे तुम्हें समझ ही नहीं रहे। ऐसे में उनके साथ बहस होना आम बात है।



इमरान: मैं बाहर जा रहा हूँ, 10 बजे लौटूँगा।

माँ: 10 बजे? तो वापिस ही क्यों आ रहा है? 8 बजे आना, नहीं तो उन आवारा दोस्तों के साथ ही रहना।



इमरान: आप उन्हें आवारा क्यों कहते हो? आपको अच्छे नहीं लगते, तो उनको घर तो नहीं लाता न? आप नहीं तय कर सकते, मैं किन दोस्तों के साथ वक्त बिताऊँ।

पिता: तुमसे बड़े हैं, हक है हमारा तुम्हारा भला सोचना।

इमरान: कुछ भी। उनसे अलग रहकर अच्छा नहीं लगता, इसलिए तो उनके साथ रहता हूँ।



माँ: कमरा साफ किया? तीन दिनों से गन्दा पड़ा है।

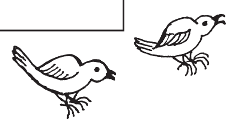
इमरान: फिर से वही? मैंने कहा न, वह मेरा कमरा है। रखने दो जैसा मैं चाहूँ।

पिता: तुम आजकल बहस कुछ ज़्यादा ही करते हो। पता नहीं कहाँ से ये सब सीख रहे हो। और तुम्हारी हेयर स्टाइल तो एकदम बकवास है। और यह कान के कुण्डल और शर्ट के खुले बटन। एकदम आवारा लग रहे हो, उन्हीं दोस्तों की तरह।



इमरान: आपको मुझसे प्रॉब्लम क्या है? कुछ भी करूँ तो डाँटते रहते हो। यह हेयर स्टाइल लेटेस्ट फैशन है, आपके ज़माने से अलग ही होगी न। डिज़ाइनर कपड़े, शर्ट के बटन खुले रखना, कानों में कुण्डल, सब आजकल काफी हिट हैं। इन सबसे कोई आवारा नहीं हो जाता। मुझे और बहस नहीं करनी, मैं जा रहा हूँ।





जज़्बाती सहारे के लिए तुम अब अभिभावकों पर ज़्यादा निर्भर नहीं रहते। बड़े होने के साथ तुम अपने आप, अभिभावकों के सहारे के बिना, निर्णय भी लेने लगते हो। ऐसा नहीं है कि तुम एकदम-से उनसे दूर हो जाते हो। भले ही तुम अपने निर्णय खुद लेने लगो, अभिभावकों से जुड़ाव तुम्हारे लिए फायदेमन्द होता है।



पिताजी: अरे बेटा, कल मैंने तुम्हारे दोस्त सुजीत को सिगरेट फूँकते देखा था। तुम उससे दूर ही रहना, क्या पता कल तुम्हें भी वह आदत लग जाए!!!

सोहम: पापा, आप ऐसा कैसे कह सकते हो? क्या मुझे इतने सालों में आपसे तम्बाकू खाने की आदत लगी? नहीं न? तो सुजीत की आदत मुझे नहीं लगेगी। और वैसे भी, आप खुद नशा करते हैं, तो मेरे दोस्त के बारे में टीका-टिप्पणी करना ठीक है क्या?



पिछले अध्याय में हमने देखा था कि तुम्हें जोशीली गतिविधियाँ और जोखिम उठाना अच्छा लगता है। लेकिन तुम जोखिम उठाने के नतीजे परख नहीं पाते। ऐसे में अगर घरवाले तुम्हारे निर्णयों पर थोड़ी रोक-टोक लगाते हैं तो उससे तुम्हारे जोखिम उठाने पर नियंत्रण लग जाता है और इससे तुम ज़्यादा सुरक्षित रह पाते हो।

तेज़ी-से हो रहे इन बदलावों को समझने में तुम्हारे अभिभावकों को भी थोड़ी कठिनाई आती है और समय लगता है। जब तुम बच्चे थे, तब उनकी सारी बातें मान लेते थे, और मतभेद होने की सम्भावना कम होती थी। पर अब तुम बड़े हो रहे हो और चीज़ों को लेकर अपनी राय बयान करने लगते हो। यह बात अभिभावकों के लिए नई होती है और तुम्हारी राय से उनके प्रभुत्व पर असर पड़ता है। वे समझ नहीं पाते कि तुमसे बच्चे-जैसा व्यवहार करें या बड़े-जैसा। ऐसे व्यवहार से तुम्हें उन पर गुस्सा आ सकता है। मतभेद होने पर थोड़ी देर एक-दूसरे से दूर कहीं शान्त माहौल में चले जाने पर शायद तुम एक-दूसरे को बेहतर समझ पाओगे। फिर ठण्डे दिमाग से चर्चा करके मसले का हल आसानी-से निकल आएगा। कभी-कभी अभिभावकों से बातचीत करना बिलकुल भी मुमकिन नहीं होता, क्योंकि तुम्हें पता होता है कि बात करने से बात ज़्यादा बिगड़ेगी, तो ऐसी स्थिति में किसी और वयस्क की मदद लेना फायदेमन्द रहता है।

आज़ादी और अपनी सत्ता



हमें लगता है कि हम सही हैं मगर माता-पिता को लगता है कि हम गलत हैं। अब तो मैं बड़ा हो गया हूँ तो मुझे भी मालूम है कि मैं सही हूँ या गलत।

हमारे माता-पिता हमें हर काम की इजाज़त नहीं देते। बोलते हैं कि अभी तुम इस काम के लिए बहुत छोटे हो या फिर बोल देते हैं कि तुम बड़े हो गए हो।



अब हम बड़े हो गए तो हमें लगता है कि हम आज़ाद हैं। हम हर काम कर सकते हैं, हमें कोई रोक नहीं सकता।

भाई-बहन से रिश्ता



जब हम अपने भाई-बहन के साथ हमारे रिश्ते के बारे में सोचते हैं तो कई दृश्य सामने आ जाते हैं – चोटी खींचना, हँसी-मज़ाक करना, खेलना-कूदना, एक-दूसरे का खयाल रखना, लड़ाई-झगड़ा करना। बड़ों से डाँट पड़ने पर एक-दूसरे के आँसू भाई-बहन ही तो पोंछते हैं। स्कूल में टीचर से परेशान हो, या कोई तुम पर रौब जमा रहा हो, या फिर पढ़ाई में कुछ दिक्कतें हों, तब बड़े भाई-बहन का सहारा होने से चीज़ें आसान हो जाती हैं। किशोरावस्था में सबसे ज़्यादा अनबन भी उन्हीं के साथ होती है। वैसे तो इस अनबन के कई कारण हो



सकते हैं, जैसे- अभिभावकों का चहेता कौन है? उसने मेरी चीज़ें पूछे बिना क्यों लीं और लीं तो वापिस क्यों नहीं रखीं? छोटे भाई-बहनों को लग सकता है कि बड़े भाई-बहन उन पर ध्यान नहीं देते, उनसे बच्चों की तरह व्यवहार करते हैं, उनकी बातों को नज़रअन्दाज़ करते हैं और उन्हें कहीं भी साथ लेकर नहीं जाते। यदि तुम बड़े भाई या बहन हो तो तुम इस बात से चिढ़ जाते हो कि तुम्हारे छोटे भाई या बहन हमेशा बीच में टाँग अड़ाते हैं और बचकाने खेल खेलना चाहते हैं जिसमें तुम्हें बिलकुल रुचि नहीं है।

अगर इस दौरान तुम्हें ऐसा लगे कि परिवारवाले तुम में से एक की कुछ खास देखरेख करते हैं, जैसे - एक के लिए चीज़ें लाना, शिक्षा पर ज़्यादा खर्च करना, तब हीन भावना या मनमुटाव पैदा हो सकता है। कुछ घरों में बहनों को भाइयों की तुलना में कम सुविधाएँ दी जाती हैं और इससे उनको काफी ठेस पहुँच सकती है। इस मुद्दे को हम जेण्डर वाले अध्याय में विस्तार से परखेंगे।



दोस्तों से रिश्ता

किशोरावस्था में परिवारवालों की तुलना में दोस्तों के साथ वक्त बिताना बढ़ जाता है। दोस्त उन्हीं बदलावों से गुज़र रहे होते हैं जिनसे तुम गुज़र रहे हो। बड़े होने की यह हड़बड़ी दोस्तों के साथ थोड़ी आसान हो जाती है। दोस्तों से ऐसी सभी बातें खुलकर करते हो जो घर पर नहीं कर सकते, जैसे कि सेक्स और उससे जुड़ी भावनाएँ। दोस्तों से प्यार और इज्ज़त पाना

बहुत ज़रूरी हो जाता है। और अगर दोस्तों ने तुम्हें अपनाया नहीं और नीचा दिखाया तो तुम्हें बहुत ज़्यादा तनाव और उदासी महसूस हो सकती है। काफी किशोरों के लिए सबसे महत्वपूर्ण पहलू यह होता है कि दोस्तों की नज़र में वे कैसे हैं।



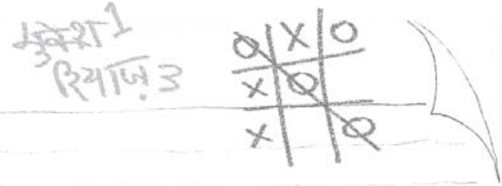
दोस्तों का प्रभाव तुम्हारे मूल्यों, स्कूल में व्यवहार, कपड़े पहनने के तरीके, कौन-से गाने सुनते हो, वगैरह सब पर पड़ता है। तुम्हारे करीबी रिश्तों और यौन रुझान पर भी इनका असर होता है। यौन रुझान के बारे में हम कुछ देर में बात करेंगे।

यह देखा गया है कि किशोर अपने ग्रुप के मूल्य, रुचि और अन्दाज़ बनाए रखते हैं जिनसे कि वे बाकी ग्रुपों से अलग दिखें। अगर तुम्हारे लिए दोस्तों जैसा होना और उनसे अपनाया जाना बहुत ज़रूरी है, तो तुम पर इस दबाव का असर काफी ज़्यादा होगा। तुम्हें लगेगा कि अगर तुम उनके जैसे नहीं रहोगे तो वे तुम्हें अपनाएँगे नहीं और तुम्हारा मज़ाक उड़ाएँगे। पिछले अध्याय में हमने बात की थी कि दोस्तों के प्रभाव से तुम आसानी-से जोखिम भी उठा लेते हो।



स्कूल में मेरी दोस्ती जितनी लड़कों से है, उतनी लड़कियों से भी है। मेरे दोस्त बहुत अच्छे हैं पर कभी-कभी हमारी लड़ाई होने से हम बात नहीं करते। ज़्यादातर लड़ाई की वजह लड़कियाँ होती हैं। पता है क्यों, क्योंकि मैं यदि लड़कियों से बात करता हूँ तो उन्हें पसन्द नहीं आता। (विनोद, 17 वर्ष)





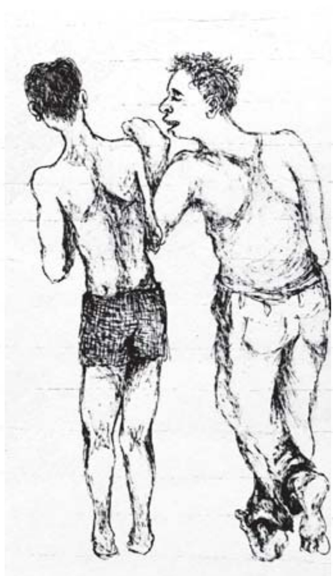


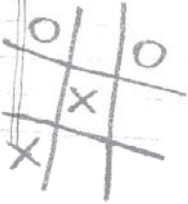
मैं अपने दोस्त से हर बात करता हूँ। किसी भी पर्सनल बात को नहीं छुपाता हूँ, चाहे वह लड़की की बात हो या टेस्ट में कम नम्बर आए हों। (विशाल, 17 वर्ष)

कहते हैं कि माता-पिता के बाद एक दोस्त ही है जो हमें जान पाता है। दोस्त अपने हर काम में, चाहे वह सुख हो या दुख, अपना साथ देता ही है। दोस्त से अपनी लाइफ के बारे में बात कर सकते हैं। वो बातें भी जो अपने माता-पिता या भाई-बहन से नहीं कर सकते।

(कुनाल, 17 वर्ष)

मुझे ये नहीं समझ आता कि किशोरावस्था में लड़कों को लड़कियों से बात करने में और दोस्ती करने में क्यों अच्छा लगता है। एक और बात, इस उम्र में लड़कों या लड़कियों को प्यार क्यों होता है? कैसे होता है? होता है तो यह बात हम अपने माता-पिता से नहीं कहते हैं। अपने मित्रों के साथ मन की बात ओपन तरीके से कर सकते हैं। भले ही वह लव की ही क्यों न हो। (अजय, 17 वर्ष)







पड़ोस में एक दोस्त है जो मेरे भाई जैसा है। वो थोड़ा मोटा है तो सब उसे चिढ़ाते हैं। मैं उन्हें डाँटता हूँ और लड़ाई भी करता हूँ। (मनीष, 12 वर्ष)





दोस्तों के साथ रिश्ता दो प्रकार का है: पुराने दोस्त और नए दोस्त। नए दोस्तों के साथ थोड़ा खट्टा, थोड़ा मीठा रिश्ता है। हम आपस में लगभग सभी बातें एक-दूसरे को बताते हैं – कुछ पर्सनल और कुछ ऐसी जो सब जानते हैं। मेरे लिए परिवार और दोस्तों के बीच ज़्यादा फर्क नहीं है। (महेश, 16 वर्ष)

जब आप कुछ करने को घबरा रहे होते हो तो आपका दोस्त ही आपका हौसला बुलन्द रखता है कि आपको इस चीज़ में ज़रूर सफलता मिलेगी। (दीपेश, 16 वर्ष)



अनु गुप्ता: *एकलव्य* के किशोरावस्था शिक्षण कार्यक्रम से सम्बद्ध।

संकेत करकरे: इंजीनियर और शिक्षक हैं। अँग्रेज़ी और गणित विषयों में विशेष रुचि।

सम्पादन: सुशील जोशी, सीमा एवं रुचि शेवड़े।

चित्र: कैरन हैडॉक व परोमिता मुखर्जी। कैरन हैडॉक को हाल ही में पब्लिशिंग नेक्स्ट इंडस्ट्री अवाड्र्स 2021 - इलस्ट्रेटर ऑफ द इयर (उप-विजेता) - दिया गया है।

यह पुस्तक *एकलव्य* द्वारा शीघ्र ही प्रकाशित होने वाली है।